



丸子中学校  
保健室

特別号 令和4年5月20日

5月16日(月)に2学年を対象とした性教育の講演会を行いました。本来であれば1年次の冬に実施予定だったのですが、感染症の影響で延期となっていました。講師の先生は助産師の先生(上田市立産婦人科病院)です。実際に命に関わる現場で働いている先生のお話を、生徒たちは顔を上げて真剣な表情で聞いていました。また、赤ちゃんの鼓動を聞く場面や赤ちゃん人形を抱っこする場面では、生徒ひとりひとりが楽しそうにいきいきと活動を行っていました。

## 生きてるだけで100点満点ー 先生の話からー



中学生のみなさんは思春期と呼ばれる時期にいます。思春期は子どもから大人への準備期間です。

思春期には…

- ・二次性徴をむかえる
- ・生命をうみだせる体になる
- ・体への不安がでてくる
- ・気持ちが不安定になる
- ・自分ってなんだろうと悩む
- ・自分、他人、家族、との人間関係に悩む
- ・性に興味をもつ
- ・将来への不安がでてくる
- ・自立していく

個人差が大きいです

いろいろなことを経験し、感じ、考え、とても心が揺れ動く時期です。「春を思う時期」と書く思春期は一生のうちで一番キラキラ輝いている時期です。様々なことにチャレンジして、目標を達成したり、失敗したりしてみて、これからの人生を歩む上での「生きる力」を身につけてください。でも失敗してはいけないことがあります。それは いのち に関することです。

私たちの命は精子と卵子が結ばれ、受精卵となり、約10か月間母親の子宮の中で命を育みます。それは奇跡的な確率で、いくつもの奇跡が重なり、私達はこうして生きることができています。この命は、私たちの多くの祖先の命が引き継がれています(命のバトン)。祖先の一人でも欠けてしまえば、ここにこの命は存在しません。命のバトンを繋がないという選択もあります。でも、あなたの心と身体は命のバトンを繋ぐ準備がはじまっています。(二次性徴)

命を引き継いでいく=親になる ということは「いのちをまるごと引き受ける」ということ。命を育てるには、自分の生活を自立してできるようになることが必要です。大切な人を守る力をつけましょう。

### 今あなたができること～未来に向けて命をつなげるために～

- \*ありのままの自分を大切にする
- \*自分をほめる
- \*自分の体、妊娠、出産について正しい知識を身につける
- \*夜ちゃんと寝て、朝ちゃんと起きてご飯を食べる
- \*心配や不安を相談できる場所があることを知る
- \*命を真剣に考える
- \*精一杯生きていく



素敵な大人って  
命を大切にする大人  
のことかな…?

## 生徒たちの感想

- 話を聞いて、命のたいせつさ、命のおもさ、おおきさをあらためてじっかんしました。これからも命をたいせつにして生きてゆきたいです。
- 親に僕を産んでくれてありがとうと感謝したい。
- 命はかけがえのない存在だとあらためて思いました。もしお父さんとお母さんが結こんしていなかったらぼくはいなくて毎日楽しくみんなと過ごす時間がなかったらと思うととてもいやな気持ちになりました。
- 自分、周りの友達、先生、家族、生まれたことは奇跡なんだなと感じました。
- 正しい知識をもつことが大切だと思った。
- 自分のいでんしから新しい命が生まれるんだなと思うと、今はまだ不思議な思いです。
- おなかの中での赤ちゃんの鼓動を聞いて、とても速くてびっくりしました。
- 赤ちゃん人形を持ってみて、こんなに小さかったのが、約3000gにもなるのはすごいと思いました。
- 生まれる前の赤ちゃんをだいたときはすごく感動しました。自分も生まれる前はあんなに重かったと思うとびっくりです！
- 命は、みんなががんばってできた大切なものだから自分も、他人も大事にしたい。人生で壁にぶつかったとしても「赤ちゃんのとき、苦しいけどでてこれたから、大丈夫」と思いながらがんばりたい。
- これから大人になっていくうえで自分にとって大切なものはなにか？自分がいまできることはなにか？ということが自分の心に響きました。
- 私も今思春期だと思うので人との関わり方を変えていったり、悩み事などを相談できる相手を見つけられるといいです。

